



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI
PURWAKARTA TAHUN 2024**

“Penerapan Metode *Outbound Low Impact* Untuk Meningkatkan Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun”

Adelia Uswataun Marhamah¹, Jojor Renta Maranatha², Risty Justicia³
Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Purwokarta
adeliauswatunmarhamah@upi.edu

Abstrak

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana kemampuan awal dalam kemampuan sosial emosional sebelum diterapkannya metode *outbound low impact*, bagaimana penerapan metode *outbound low impact* dalam meningkatkan kemampuan sosial emosional anak, dan bagaimana kemampuan kemampuan sosial emosional anak usia 5-6 tahun setelah penerapan metode *outbound low impact*. Hal ini terungkap pada saat pra-penelitian terlihat kemampuan sosial emosional pada anak usia 5-6 tahun belum berkembang secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan metode pembelajaran yang tepat dan menarik agar kemampuan sosial emosional anak dapat meningkat. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas Model Kemmis & Mc. Taggart dengan subjek penelitiannya adalah anak usia 5-6 tahun di kelas B TK X Purwokarta. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Dan analisis data yang digunakan adalah kualitatif dan kuantitatif. Penelitian ini berlangsung selama dua siklus yang diawali dengan pelaksanaan tindakan prasiklus dan dilanjutkan tindakan siklus I dan II. Pada pelaksanaan tindakan prasiklus didapatkan nilai rata-rata presentase 51,8% dalam kemampuan sosial emosionalnya. Pada pelaksanaan tindakan kelas siklus I mengalami peningkatan dalam kemampuan sosial emosional dengan nilai rata-rata presentase 69,5%. Dan pada pelaksanaan tindakan kelas siklus II mengalami peningkatan kembali dalam kemampuan sosial emosional dengan nilai rata-rata presentase 89,3%. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah penerapan metode *outbound low impact* dapat meningkatkan kemampuan kemampuan sosial emosional anak usia 5-6 tahun. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai rata-rata presentase pelaksanaan tindakan siklus I dan II.*

Kata Kunci : *Outbound Low Impact, Anak Usia Dini, Sosial Emosional*

Pendahuluan

Pendidikan adalah sebuah usaha sadar dalam proses dan suasana pembelajaran yang secara aktif bagi peserta didik untuk meningkatkan potensi dirinya yang diperlukan untuk dirinya dan masyarakat (Rahman dkk., 2022). Dengan adanya pemberian rangsangan pendidikan maka anak mampu meningkatkan potensinya dan mengembangkan aspek-aspek perkembangan lain dalam dirinya. Salah satu aspek perkembangan pada anak usia dini adalah aspek perkembangan sosial emosional.

Khairiah (2018) yang menyatakan bahwasannya perkembangan sosial emosional adalah perkembangan yang terlihat dari perilaku yang terjadi pada emosi dan keterampilan anak dalam berinteraksi dengan orang lain. Dari hal ini dapat menunjukkan bila perkembangan sosial emosional anak harus dikembangkan dengan seoptimal mungkin. Menurut Mulyani (2017) berpendapat bahwa perkembangan sosial emosional mampu di kembangkan melalui kegiatan bermain yang mampu memberi kesempatan pada anak untuk bersosialisasi dengan anak lain dengan belajar mengenali berbagai aturan untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Salah satunya dengan menggunakan metode *outbound low impact*.

Beberapa hal ini menjadi tujuan pada peneelitian ini adalah kemampuan sosial emosional pada anak usia dini sebelum diterapkan metode *outbound low impact*, kemampuan sosial emosional pada anak



PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI PURWAKARTA TAHUN 2024

usia dini selama diterapkan metode *outbound low impact*, dan kemampuan sosial emosional pada anak usia dini sesudah diterapkan metode *outbound low impact*.

Kajian Teori Perkembangan Sosial Emosional

Menurut Masnival (2018, hlm.146) menyatakan bahwa sosial merupakan hal seperti hubungan interaksi antarmanusia yang terkait dengan nilai, aturan dan norma. Hal tersebut dapat terlihat dalam perilaku anak seperti agresif, cemas berlebihan, suka tersenyum, dll.

Sholikhah & Ismawati (2022) percaya bahwa emosi mencakup berbagai perasaan, pemikiran unik, kondisi biologis dan psikologis, dan variasi perilaku. Bentuk atau reaksi emosi seperti senang, marah, sedih, dll. Berdasarkan pandangan Nurjannah (2017, hlm.52) aspek perkembangan sosio emosional adalah proses dimana anak belajar berinteraksi dengan orang lain yang sesuai dengan aturan sosial, dan anak belajar mengendalikan emosi dengan keterampilan dalam mengetahui dan mengekspresikan emosi tersebut.

Menurut Maria & Amalia (2018) perkembangan sosial emosional merupakan proses belajar beradaptasi dalam memahami situasi dan emosi ketika berinteraksi dengan orang-orang di lingkungannya, seperti orang tua, saudara, dan teman dalam kehidupan sehari-hari. Adapun jenis-jenis perilaku sosial emosional dikemukakan oleh Hurlock (1997, hlm.116) bahwa perilaku sosial pada awal masa kanak-kanak yang tampak pada anak usia 2 sampai 6 tahun yaitu meniru, persaingan, kerjasama, simpati, empati, dukungan sosial, membagi, negativisme, agresif, perilaku berkuasa, memikirkan diri sendiri, dan merusak. Dan perilaku emosional anak meliputi sembilan aspek yaitu rasa takut, malu, khawatir, marah, cemburu, rasa ingin tahu, dan gembira, dll.

Metode Pembelajaran

Menurut Ginting (2008) metode pembelajaran dapat diartikan sebuah cara atau pola yang khas dalam memanfaatkan berbagai prinsip dasar pendidikan serta berbagai teknik dan sumber daya terkait lainnya agar terjadi proses pembelajaran pada pembelajar. Menurut Ishaq (2009) terdapat beberapa macam metode pembelajaran yang dapat diterapkan pada anak usia dini, diantaranya metode bercerita, bercakap-cakap, karya wisata, demonstrasi dan bermain.

Metode *Outbound Low Impact*

Afiif (2022, hlm.25) *outbound low impact* merupakan kegiatan yang mengutamakan alat yang didapat dari lingkungan sekolah atau dibuat sendiri oleh pendidik dan melibatkan risiko kecil. Kegiatan yang sedikit menantang dan memiliki risiko kecil, tidak membutuhkan alat pengaman (merayap, papan keseimbangan, memindahkan). Menurut Sanoesi (2010, hlm.33) *outbound low impact* merupakan salah satu jenis permainan dalam *outbound* yang berdampak ringan dengan mobilitas fisik tidak tinggi, risiko kecelakaan juga tidak tinggi. Ciri khas dari *outbound low impact* yaitu kemampuan kelompok, sangat dibutuhkan kerja sama secara tim tanpa adanya kerja sama maka *problem solving* yang ada dalam permainan tidak akan dapat diselesaikan.

Indriana (2011) mengungkapkan manfaat permainan *outbound low impact* diantaranya berkomunikasi dengan efektif, mampu dalam mengembangkan tim, mempelajari teknik pemecahan masalah, meningkatkan kepercayaan diri, mempelajari hal kepemimpinan, bekerjasama dengan tim, bermain game yang seru, belajar untuk memfokuskan atau berkonsentrasi dan menumbuhkan sikap sportivitas dan kejujuran. Menurut Afiif (2022, hlm.3) tujuan *outbound low impact* untuk anak usia dini salah satu sebagai metode pembelajaran memiliki tujuan untuk mengembangkan 9 potensi kecerdasan *multi intelligence* anak, yaitu: kecerdasan linguistik, logika-matematik, visual-spasial, musikal, kinestetik, naturalistik, interpersonal, intrapersonal, dan spiritual.



PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI PURWAKARTA TAHUN 2024

Dalam penerapan metode *outbound low impact* juga terdapat langkah-langkah dalam penerapannya. Pertama, anak mengikuti kegiatan persiapan, yang mencakup kegiatan di luar ruangan. Kedua, kegiatan inti yaitu pelaksanaan kegiatan *outbound*, kegiatan ini dilakukan dengan pengawasan oleh guru. Dan yang ketiga, kegiatan evaluasi yang dilakukan oleh guru setelah kegiatan berakhir (Ragil & Putra, 2023). Jenis-jenis permainan *outbound low impact* termasuk karet estafet/karet berantai, jaring laba-laba (*Spider Net*), halang rintang, *rubber shoot*, mencari harta karun, dan lainnya (Nurlaily & Ahsanti, 2019).

Beberapa penelitian terdahulu yang relevan pada penelitian ini, yaitu pada penelitian Himmah (2020), yang berjudul “Mengembangkan Sosial Emosional Anak Melalui Kegiatan *Outbound* Di Taman Kanak-Kanak Al-Hamidi Jember”. Bahwa dengan kegiatan *outbound* dapat mengembangkan kemandirian anak usia dini untuk mengasah sosial emosional. Kemudian pada Khulusinniyah & Maflaha (2023), yang berjudul “*Improving The Social Emotional Aspect Of Children Through Outbound Water Transfer Activities*”. Berdasarkan hasil penelitian siklus I dan II menunjukkan bahwa *outbound transfer water* dapat meningkatkan perkembangan sosial emosional anak. Dan pada penelitian Rahmadani & Yaswinda (2019), yang berjudul “Pengaruh Permainan *Outbound* Terhadap Perkembangan Sosial Anak Di Taman Kanak-Kanak Kemala Bhayangkari 03 Alai Padang”. Penelitian ini menunjukkan bahwa melalui kegiatan *outbound* berpengaruh dalam mengembangkan perkembangan sosial emosional anak terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang cukup signifikan.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas dengan Model Kemmis & Mc. Taggart. Subjek pada penelitian ini adalah anak usia 5-6 tahun di kelas B TK X Purwakarta. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Dan analisis data yang digunakan adalah kualitatif dan kuantitatif. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 indikator diantaranya bekerja sama, bersosialisasi, berbagi dan mengenal emosi. Dari 4 indikator tersebut terdapat 12 sub-indikator.

Temuan dan Pembahasan

Kondisi Kemampuan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini Sebelum Diterapkan Metode *Outbound Low Impact*

Tindakan pra-siklus dilakukan pada hari jum'at tanggal 19 April 2024. Setelah pelaksanaan tindakan pra-siklus diperoleh hasil data rata-rata persentase anak kelas B sebesar 51,8%. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan terlihat permasalahan cukup rendahnya perkembangan kemampuan sosial emosional anak dalam pembelajaran terlihat anak sulit untuk berbaur dengan teman atau cenderung individual saat proses pembelajaran. Dalam pembelajaran juga anak sulit untuk belajar secara berkelompok, kurangnya rasa bekerja sama pada anak juga terlihat anak sulit mengekspresikan diri. Biasanya guru hanya menjelaskan materi pembelajaran tanpa alat peraga untuk menjelaskan dan untuk melatih kemampuan sosial emosional. Dan juga metode yang diterapkan kesehariannya menggunakan metode ceramah, hal ini membuat guru mendominasi dalam proses pembelajaran.

Oleh karena itu, penting bagi guru untuk menentukan metode yang tepat yang dapat menyampaikan pembelajaran dengan baik. Salah satunya bisa dengan penerapan metode *outbound low impact*. Menurut Susanta (2010) manfaat dari mengikuti kegiatan *outbound* antara lain: membangun rasa kepercayaan diri anak, mengasah kemampuan bersosialisasi anak dengan teman-temannya, dapat menumbuhkan rasa empati, melahirkan semangat belajar anak, dan melatih ketahanan mental dan pengendalian diri anak.



PROSIDING SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI PURWAKARTA TAHUN 2024

Kondisi Kemampuan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini Selama Diterapkan Metode *Outbound Low Impact*

Pelaksanaan penerapan *outbound low impact* dalam meningkatkan kemampuan sosial emosional di kelas B TK X Purwakarta yang dilakukan selama 1 bulan. Pengamatan pra-siklus dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 19 April 2024. Siklus dalam penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus pada tahap tindakannya.

Dari setiap siklus penelitian tindakan kelas mempunyai 4 tahap yang dilakukan dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Pada pelaksanaan siklus I dilakukan pada hari Senin 22 April 2024. Pelaksanaan siklus I selama proses pembelajaran berlangsung, guru memberikan tindakan dengan cara penerapan metode *outbound low impact*.

Dalam perencanaan peneliti menyiapkan alat dan bahan untuk metode *outbound low impact* seperti karet gelang, piring plastik, dan stick es krim, membuat instrumen observasi (instrumen observasi kemampuan sosial emosional anak, instrumen observasi guru) dan pedoman wawancara guru. Selanjutnya tahap pelaksanaan yaitu kegiatan *outbound low impact* (estapet karet). Dilanjutkan tahap refleksi dan didapati kekurangan yang terjadi pada pelaksanaan tindakan siklus I.

Kekurangannya pada fokus dan perhatian anak menjadi teralihkan karena melihat alat dan bahan *outbound low impact*. Hal ini sejalan dengan pendapat Isnawati (2020) mengenai konsentrasi belajar:

“Pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dengan menghalau atau menyisihkan segala hal yang tidak diberhubungan dengan yang sedang dipelajarinya.”

Hasil dari pelaksanaan tindakan siklus I dengan nilai rata-rata presentase 69,5%. Adapun siklus II dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 25 April 2024. Dalam perencanaan peneliti menyiapkan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH), alat dan bahan untuk metode *outbound low impact* seperti gelas plastik, karet gelang, dan piring plastik. Kemudian tahap pelaksanaan yaitu kegiatan *outbound low impact* (*ruber shoot*). Hasil yang didapatkan pada siklus II dengan nilai rata-rata persentase menjadi 89,3%. Setelah dilakukannya tindakan sebanyak 2 kali terlihat bahwa kemampuan sosial emosional anak naik secara signifikan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa penerapan metode *outbound low impact* dapat meningkatkan kemampuan sosial emosional anak.

Kondisi Kemampuan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini Sesudah Diterapkan Metode *Outbound Low Impact*

Berdasarkan hasil pada hasil pelaksanaan penelitian yang telah dilaksanakan, dimulai dari pelaksanaan tindakan prasiklus, siklus I dan siklus II kemampuan sosial emosional pada anak sebelum dan sesudah diterapkannya metode *outbound low impact* mengalami peningkatan yang cukup baik. Pada hasil data tindakan prasiklus rata-rata nilai persentase anak yakni sebesar 51,8%. Dengan hasil data 4 orang anak termasuk kriteria MB dan 4 orang anak termasuk kriteria BSH.

Oleh karena itu, peneliti melanjutkan penelitian pada tindakan siklus I, dengan memperoleh rata-rata nilai persentase anak yakni sebesar 69,5%. Dengan hasil data 2 orang anak termasuk kriteria BSH dan 6 orang anak termasuk kriteria BSB. Kemudian pada tindakan siklus II yang diperoleh rata-rata nilai persentase anak yakni sebesar 89,3%. Dengan hasil data dimana semua anak telah mencapai nilai minimal kriteria ketercapaian pembelajaran.

Indikator digunakan untuk menilai tingkat keberhasilan anak dalam menguasai keterampilan tertentu. Penilaian dilakukan sesekali selama proses pembelajaran atau setelah proses pembelajaran selesai. Kriteria pencapaian pembelajaran kompetensi dasar berkisar dari 0-100%, dengan nilai minimal untuk masing-masing indikator lebih dari 75% (Lestari, 2021).



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI
PURWAKARTA TAHUN 2024**

Tabel 1. Nilai Persentase Anak pada Setiap Siklus

Nama Anak	Penelitian Tindakan Kelas		
	Pra-siklus	Siklus I	Siklus II
AJB	58,3%	77,1%	93,8%
VN	45,8%	60,4%	85,4%
AGN	54,2%	72,9%	91,7%
KHE	54,2%	64,6%	91,7%
TN	45,8%	64,6%	81,3%
SLS	58,3%	77,1%	91,7%
KHI	47,9%	66,7%	85,4%
CQT	50%	72,9%	93,8%
Rata-rata persentase	51,8%	69,5%	89,3%

Kesimpulan

Penelitian ini berlangsung selama dua siklus yang diawali dengan pelaksanaan tindakan pra-siklus dan dilanjutkan tindakan siklus I dan II. Pada pelaksanaan tindakan pra-siklus didapatkan nilai rata-rata persentase 51,8%. Pada pelaksanaan tindakan kelas siklus I mengalami peningkatan dengan nilai rata-rata persentase 69,5%. Dan pada pelaksanaan tindakan kelas siklus II mengalami peningkatan kembali dengan nilai rata-rata persentase 89,3%. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah penerapan metode *outbound low impact* dapat meningkatkan kemampuan kemampuan sosial emosional anak usia 5-6 tahun. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya bisa meneliti dalam aspek perkembangan anak yang lain seperti fisik motorik dan bahasa.



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI
PURWAKARTA TAHUN 2024**

Referensi

- A. Esnoe Sanoesi. (2012). *LOW IMPACT GAMES*. Penerbit Kanisius.
- Afiif, A. (2022). *OUTBOUND UNTUK ANAK USIA DINI Aktivitas Luar Kelas Berbasis Permainan Tradisional*. PT RajaGrafindo Persada.
- Ginting, A. (2008). Esensi Praktis belajar dan pembelajaran. *Bandung: Humaniora*.
- Himmah, W. (2020). *Mengembangkan sosial emosional anak melalui kegiatan outbound di taman kanak-kanak Al-Hamidi Jenggawah Jember tahun pelajaran 2019/2020*. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Program Studi Pendidikan Anak Usia Din.
- Hurlock, E. B. (1997). Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan rentang kehidupan. *Jakarta: Erlangga*.
- Indriana, D. (2011). *Ragam alat bantu media pengajaran*. Yogyakarta: DIVA press.
- Ishaq, I. (2009). *Model pembelajaran anak usia dini: membentuk generasi cemerlang harapan bangsa*. Alfabeta. <https://books.google.co.id/books?id=LojkcQAACAAJ>
- Isnawati, R. (2020). *Cara Kreatif Dalam Proses Belajar (Konsentrasi Belajar pada Anak Gejala Gangguan Pemusatan Perhatian (ADD))*. Jakad Media Publishing.
- Khairiah, D. (2018). Assesmen Perkembangan Sosio-emosional Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2015). *Pedoman Penilaian Pembelajaran Pendidikan Anak Usia Dini (K. Yulaelawati, Ella & Restuningsih (ed.); 1st ed.)*. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini. *Anak Usia Di. Al Athfal, 1(1)*, 1–22.
- Khulusinniyah, K., & Maflaha, M. (2023). Improving The Social Emotional Aspect Of Children Through Outbound Water Transfer Activities. *Buana Pendidikan: Jurnal Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Unipa Surabaya, 19(1)*, 61–68.
- Lestari, B. R. (2021). *Peningkatan Kemampuan Mengenal Lambang Bilangan Melalui Permainan Lotto Angka Pada Anak Usia 4-5 Tahun di Paud Tasniah*. Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Maria, I., & Amalia, E. R. (2018). *Perkembangan aspek sosial-emosional dan kegiatan pembelajaran yang sesuai untuk anak usia 4-6 tahun*.
- Masnipal, M. P. (2018). *MENJADI GURU PAUD PROFESIONAL*. PT REMAJA ROSDAKARYA.
- Mulyani, N. (2017). Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr, 3(1)*, 133–147. <https://doi.org/10.24090/jimrf.v3i1.1013>
- Nurjannah, N. (2017). Mengembangkan kecerdasan sosial emosional anak usia dini melalui keteladanan. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam, 14(1)*, 50–61.
- Nurlaily, S., & Ahsanti, U. (2019). METODE PERMAINAN OUTBOUND DALAM UPAYA PENINGKATAN KEMANDIRIAN ANAK (Usia 4-5 Tahun Di Paud Ad-Da'wah Kec. Cibadak Kab. Sukabumi). *Jurnal Obor Penmas: Pendidikan Luar Sekolah, 2(1)*, 118–131.



**PROSIDING SEMINAR NASIONAL
PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DI
PURWAKARTA TAHUN 2024**

- Ragil, Y. A., & Putra, D. A. (2023). IMPLEMENTASI KEGIATAN OUTBOUND DALAM PEMBENTUKAN KEPERCAYAAN DIRI ANAK USIA 5–6 TAHUN. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 173–182.
- Rahmadani, A., & Yaswinda, Y. (2019). Pengaruh Permainan Outbound Terhadap Perkembangan Sosial Anak di Taman Kanak-Kanak Kemala Bhayangkari 03 Alai Padang. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 5(2), 190–198.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Sholikhah, D. M., & Ismawati, P. (2022). Pengaruh Penerapan Physical Distancing terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini di Desa Ngembah Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 8(1), 94–101.
- Susanta, A. (2010). *Outbound Profesional, Pengertian, Prinsip Perancangan, Dan Panduan Pelaksanaan*. Andi Yogyakarta.